

Formation de formateurs

Construire une séance



Approche générale

Les objectifs
poursuivis:
Quelles
transformations
sont visées et
attendues?

L'exercice (la
forme de travail,
la situation, la
forme jouée)

Les conditions de la séance

Commencer et
finir la séance



FFBB



SAVOIR FIXER LE (OU LES) OBJECTIF(S)

Chaque séance a un but propre, un fil directeur, un thème, et des objectifs à moyen ou plus long terme

Les objectifs doivent être réalistes et tenir compte des conditions de pratique

Le bon Entraîneur prépare ses séances



TENIR COMPTE DES CONDITIONS D'ENTRAINEMENT

Nombre de participants, de paniers, de ballons ...

Temps disponible

- il vaut mieux s'entraîner avec intensité que de s'entraîner longtemps
- le bon rythme d'une séance est celui qui préserve la concentration des joueurs



LE DEBUT ET LA FIN

Une séance commence par un regroupement et une présentation des thèmes de travail

L'échauffement est indispensable, il conditionne la suite de l'entraînement (c'est une mise en condition physique et mentale)

La séance se termine par un regroupement des joueurs et fait l'objet d'un bilan, de contrats (de lancers francs, cris ...)



L'EXERCICE (la forme de travail, la situation, la forme jouée)

OBJECTIF

L'exercice a un objectif précis qui va conditionner l'organisation (travail par vague, par ateliers, continuité, jeu réduit ...)

ORGANISATION

La mécanique de l'exercice (rotations, continuité ...)

Le nombre de joueurs impliqués

Le nombre de ballons nécessaires

L'espace utilisé



L'EXERCICE (la forme de travail, la situation, la forme jouée)

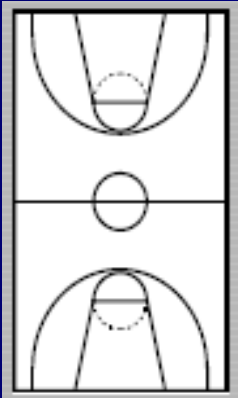
DUREE – EVOLUTION

Durée
(fatigue, baisse de concentration)

Il peut évoluer dans le temps avec une complexification des tâches,
des joueurs plus nombreux, et de sa règle



fiche de séance

Thème:		Lieu:		Effectif:	
Objectif de la séance:					
Date:					
Objectifs	Déroulement MTO	Schéma	Activité du formateur ■ A surveiller ■ A faire varier	Activité du stagiaire	Bilan, évaluation
<ul style="list-style-type: none"> ■ Objectifs de l'exercice pour le formateur ■ Critères de réussite 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Mise en place de départ ■ Organisation matérielle (effectif, espace, matériel..) ■ Consigne de fonctionnement (les tâches, les charges, les rotations...) 		<p>A surveiller</p> <p>Points que le formateur observe le plus particulièrement pour que: L'exercice puisse tourner</p> <p>Les stagiaires ne se blessent pas</p> <p>Les variantes</p>	<p>Ce sont toutes consignes techniques données par le formateur qui doivent être réalisées par le stagiaire</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Intentions ■ Placements ■ déplacements 	<p>Toute remarque constatée par le formateur sur:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Le déroulement de l'exercice ■ La réalisation faite par le pratiquant